



Les plats principaux

## **Beefsteak à la roquette et au parmesan**

**Pour 4 personnes.**

### **Ingrédients**

1 kilogramme de rôti de boeuf (pas trop maigre)  
3 cuillères à soupe de vinaigre balsamique  
100 grammes de parmesan  
100 grammes de rucola  
huile d'olive  
poivre  
sel

### **Méthode de préparation**

Frottez la viande avec de l'huile d'olive puis poivrez et salez royalement.

Grillez la viande 5 minutes de chaque côté selon l'épaisseur et le mode de cuisson.

Laissez la viande reposer 10 minutes sous une feuille d'aluminium puis coupez-la en lamelles.

Répartissez la roquette sur un plat et versez dessus le balsamique et l'huile d'olive. Salez et poivrez. Disposez ensuite les lamelles de viande sur la roquette.

Râpez le parmesan par-dessus et servez immédiatement.

